

たったひとりでいいから

まぐまぐ殿堂入り・日刊メールマガジン
「今日のフォーカスチェンジ」第2888号
(2011年9月26日発行)より

山元加津子さん(通称「かっこちゃん」。
養護学校教員・作家)の講演会を聴きに
行ってきました。涙あり笑いありのすてき
な講演会でしたが、何よりもこころに残っ
たのが、このひとことでした。

「たったひとりでいいから、自分の未来を
信じて、こころを注いでくれるひとがいた
ら、ひとは、生きていける」

ひとは、意識的であれ、意識的であれ、
さまざまなことを期待して(ときには怖れ
ながら)生きているものです。

そのひとつが、ひとからどう思われるか。
そのため、ときには、きらわれないように、
浮かないように、自分をおさえこんだりし
ます。

けれども、本当は、そうではないのです
ね。たとえ、1000人のひとと知り合いに
なったとしても、本当にこころをひらける
ひとが、そこにいなかったら、ひとりぼ
ちの気持ちが深まるだけでしょう。

たったひとりでいいから、本当に、自分
のことを信じて、見つめてくれるひとが
いたら…(れが、家族であっても、友人
であっても、誰でも)、ひとは、生きる勇
気をもらえるのだと思うのです。

年間3万人を超えるかたが、みずからい
のちを絶っていく。そんな異常な事態が、
13年もつづいているこの日本で、そこ
にいたらないまでも、誰もこころをわか
ちあえないで、苦しんでいるひとは、ど
れほどいることでしょう。

いえ、かつての私もそうでした。もっと言
えば、そう思いこんでいた時期がありま
した。思いこんで、勝手に自分を孤独に
追いやっていたのです。

本当は、たくさんのひとたちに見守られ
ているのだということ。本当は、たくさん
のつながりのなかで生きているのだとい
うこと。そのことに気づきもしないで…。

孤独のただなかにいるとき、ひとは、そ
れを感じるだけのよゆうをもつことができ
ません。だからこそ、それを伝えるひと
が必要なのです。

たったひとりでいいから、そのひとをまっ

すぐに見つめて、あなたのことを信じて
いるよ。あなたは、絶対に大丈夫。そん
な思いを注いでくれるひとが。

だから、あなたのまわりで、そんなふう
に苦しんでいるひとがいたなら、どうぞ、あ
なたが、その「たったひとり」のひとにな
って、そのひとを信じてあげてください。

信じて見つめてあげてください。何もで
きなくていいのです。信じるだけでいい
のです。それは、まちがいなくエネルギー
となって、そのひとに届きます。

そしてね。どうぞこのことに気づいてくだ
さい。あなたが誰かの可能性を本気で
信じる時、あなた自身のなかに「ひとを
信じるエネルギー」が生まれるのです。

自分には、かをこころから応援すること
ができる。誰かの未来を本気で信じて、
応援することができる。そう思う気持ちが、
エネルギーにならないわけがないので
す。

だから、私たちは、ひとを信じることで、
そのひとにエネルギーをあたえ、自分
自身にも、エネルギーをあたえているの
です。

私たちが、お互いに、その、「たったひと
り」のひとになりあえたら、かなしみと絶
望の連鎖を、終わらせることができるは
ずなのです！

かっこちゃんの講演を聴きながら、私は、
ひとりで、そんなことを考えていました。
かっこちゃんが、それを信じて、語りつ
づけていくように、私もまた語りつづけた
いと思いました。

それぞれの場で、それぞれのやりかた
で、どうぞ、あなたも、その「たったひと
り」のひとになってください。そうして、お
互いが、「たったひとり」のひとになって
いきましょうよ。

いつか気がついたら、たったひとりのみ
んなが、手をつなぎあって、たったひと
りではなくなっているかもしれません。
そしたら世界は変わりますね！
かがやく未来がひらけますね！

●日刊メールマガジン「今日のフォーカス
チェンジ」(かめおかゆみこ編集・発行)は、
2003年11月1日創刊。2011年6月、
2800号達成。3秒で読める携帯版もあり。
無料講読は「かめわざ快心塾」から♪

<http://kamewaza.com/>